

Przedmiotowy System Oceniania

W klasie VI ocenie z wychowania, fizycznego podlega:

I semestr

- przygotowanie i przeprowadzenie rozgrzewki.

MPR:

- rzut do bramki z wyskoku.

Gimnastyka:

- mały układ gimnastyczny według inwencji ucznia z wykorzystaniem poznanych elementów gim.
- skok zawrotny przez 4cz. skrzyni z rozbiegu.

Indeks sprawności fizycznej (K. Zuchory)

LA

- bieg na krótkim i długim dystansie

Pływanie: (I i II semestr)

- pływanie stylem dowolnym(kraul na piersiach na dyst.18m)
- pływanie stylem klasycznym z deską na dyst.18m

II semestr

- przygotowanie i przeprowadzenie rozgrzewki.

MPS:

- zagrywka dowolnym sposobem przez siatkę.

Gimnastyka:

- stanie na rękach przy drabince z asekuracją
- łączone przewroty w przód i w tył z różnych pozycji wyjściowych

Indeks sprawności fizycznej (K. Zuchory).

LA:

- skok w dal z pełnego rozbiegu
- bieg na krótkim i długim dystansie

Każdy uczeń zobowiązany jest do zaliczenia wszystkich zadań sprawdzających, zgodnie z programem nauczania. W razie nieobecności uczeń może zaliczać na zajęciach dodatkowych wyznaczonych przez nauczyciela, oraz może jeden raz próbować poprawić ocenę ze sprawdzianu w miarę swoich możliwości.

Uczeń podczas zajęć może za aktywność otrzymać plus.

Suma uzyskanych plusów (5plusów ocena bdb cząstkowa)

Frekwencja na zajęciach.

Każdy uczeń w semestrze może 3razy zgłosić brak stroju(łącznie z basenem) za każdy następny brak stroju ocena ndst. cząstkowa.

W przypadku choroby lub kontuzji wymagane jest zwolnienie pisemne z ćwiczeń wypisane przez rodzica lub lekarza

Uczeń i rodzice zobowiązani są do zgłaszania nauczycielowi wszelkich przeciwwskazań do wykonywania jakichkolwiek ćwiczeń (przebyte choroby, urazy)

Z obecności na lekcji wychowania fizycznego nauczyciel zwalnia na podstawie zwolnienia lekarskiego i dostarczonej pisemnej prośby rodziców(na czas określony w opinii lekarza).Dotyczy to pierwszych i ostatnich godzin lekcyjnych. W przypadku wystąpienia choroby trwającej powyżej 1 miesiąca, konieczne jest uzyskanie zgody-administracyjnej decyzji Dyrektora Szkoły na podstawie wniosku rodziców i załączonego zwolnienia lekarskiego.

Przygotowanie do zajęć z wychowanie fizycznego.

Strój gimnastyczny wymagany na zajęcia wychowania fizycznego (biała koszulka z krótkim rękawem, ciemne spodenki lub getry, obuwie sportowe z jasną podeszwą. Może być dres sportowy, jeśli dziecku jest zimno.

Strój na basen: czepki chl. spodenki kąpielówki, dz. strój pływacki najlepiej jednoczęściowy zalecane są klapki (z przeznaczeniem tylko na basen), oraz okulary pływackie.

Strój na zajęcia sportowe ma być schludny i czysty, zmieniany po każdym zajęciach.